

MES: Julio 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<div>1</div> <div>Pasta (sin gluten ni huevo) con tomate Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Pasta (gluten & egg free) with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</div>	<div>2</div> <div>Arroz con salsa de tomate Filete de ternera con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan Rice with tomato sauce Beef steak with lettuce & olives Yoghurt and bread</div>	<div>3</div> <div>Puré de verduras Pollo asado con verduras Fruta y pan Vegetables purée Grilled chicken with vegetables Fruit and bread</div>	<div>4</div> <div>Crema de calabaza Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Butternut squash cream Baked hake with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</div>	<div>5</div> <div>Sopa de ave con pasta (sin huevo) Lacón a la gallega con patatas fritas Fruta y pan Chicken soup with pasta (no egg) Lacón pork shoulder with potatoes with french fries Fruit and bread</div>	<div>VE: 592</div> <div>HC: 72</div> <div>PROT: 25</div> <div>GT: 24</div>
<div>8</div> <div>Crema de calabacín Ragout de pavo con patatas fritas Fruta y pan Zucchini cream Turkey stew with french fries Fruit and bread</div>	<div>9</div> <div>Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada Yogur y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with salad Yoghurt and bread</div>	<div>10</div> <div>Pasta (sin gluten ni huevo) con tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Pasta (gluten & egg free) with tomato sauce Baked hake with green salad with olives Fruit and bread</div>	<div>11</div> <div>Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled turkey with lettuce & tomatoes Fruit and bread</div>	<div>12</div> <div>Sopa de ave con pasta (sin huevo) Filete de ternera con patatas dado Helado apto y pan Chicken soup with pasta (no egg) Beef steak with diced potatoes Ice-cream (suitable) and bread</div>	<div>VE: 641</div> <div>HC: 75</div> <div>PROT: 28</div> <div>GT: 27</div>
<div>15</div> <div>Arroz con salsa de tomate Abadejo al horno con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked haddock with lettuce and beets Fruit and bread</div>	<div>16</div> <div>Patatas estofadas con verduras Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Stewed potatoes with vegetables Lacón pork shoulder with potatoes with green salad with olives Yoghurt and bread</div>	<div>17</div> <div>Puré de verduras Ragout de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Vegetables purée Turkey stew with green salad with olives Fruit and bread</div>	<div>18</div> <div>Sopa de ave con pasta (sin huevo) Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Chicken soup with pasta (no egg) Chicken drumsticks in garlic sauce with lettuce & olives Fruit and bread</div>	<div>19</div> <div>Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Magro con patatas dado Fruta y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Pork loin steak with diced potatoes Fruit and bread</div>	<div>VE: 636</div> <div>HC: 70</div> <div>PROT: 29</div> <div>GT: 28</div>
<div>22</div> <div>Crema de calabacín Lacón al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Zucchini cream Baked lacón pork with lettuce & carrot Fruit and bread</div>	<div>23</div> <div>Sopa de ave con pasta (sin huevo) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Chicken soup with pasta (no egg) Grilled tenderloin with green salad with olives Yoghurt and bread</div>	<div>24</div> <div>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with salad Fruit and bread</div>	<div>25</div> <div>Puré de verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Vegetables purée Grilled turkey with green salad with olives Fruit and bread</div>	<div>26</div> <div>Pasta (sin gluten ni huevo) con tomate Pollo asado con patatas fritas Helado apto y pan Pasta (gluten & egg free) with tomato sauce Grilled chicken with french fries Ice-cream (suitable) and bread</div>	<div>VE: 587</div> <div>HC: 66</div> <div>PROT: 26</div> <div>GT: 26</div>
<div>29</div>	<div>30</div>	<div>31</div>		<div>SIN HUEVO, LEGUMBRE NI FRUTOS SECOS</div>	<div>VE: 0</div> <div>HC: 0</div> <div>PROT: 0</div> <div>GT: 0</div>